**Первый раз в пятый класс: психологическая адаптация пятиклассников**

Возраст детей пятого класса можно назвать переходным от младшего школьного к младшему подростковому.

*Психологически этот возраст связан с постепенным обретением* ***чувства взрослости****—главного личностного новообразования младшего подростка*

# Возрастные психологические особенности пятиклассников.

* потребность в достойном положении в коллективе сверстников, в семье;
* повышенная утомляемость;
* стремление обзавестись верным другом;
* стремление избежать изоляции, как в классе, так и в малом коллективе;
* повышенный интерес к вопросу о “соотношении сил” в классе;
* стремление отмежеваться от всего подчеркнуто детского;
* отсутствие авторитета возраста;
* отвращение к необоснованным запретам;
* восприимчивость к промахам учителей, родителей;
* переоценка своих возможностей, реализация которых предполагается в отдаленном будущем;
* отсутствие адаптации к неудачам;
* ярко выраженная эмоциональность;
* требовательность к соответствию слова делу; повышенный интерес к спорту.

Переход из младшей школы в среднюю — важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым: учителя, форма обучения, которая в средней школе становится предметной, а иногда и одноклассники.

Пятиклассникам в школе *и интересно, и тревожно*:

им хочется быть:

* активными, умными и независимыми,

-нужными и успешными,

-хочется, чтобы новый учитель оценил и увидел все самое лучшее в них.

Важно, чтобы у пятиклассников были *сформированы умения и навыки, определяющие, успешность адаптации:*

* умение осознавать требования учителя и соответствовать им;
* умение устанавливать межличностные отношения с педагогами;
* умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы;
* навыки общения и достойного поведения с одноклассниками;
* навыки уверенного поведения;
* навыки совместной (коллективной) деятельности;
* навыки самостоятельного решения конфликтов мирным путем;
* навыки самоподдержки;
* навыки адекватной оценки собственных возможностей и способностей.

***Успешность адаптации пятиклассника зависит не только от интеллектуальной готовности, но и от того, насколько:***

-хорошо пятиклассник умеет налаживать отношения,

* + общаться с одноклассниками и педагогами,
  + соблюдать школьные правила,
  + ориентироваться в новых ситуациях.

Ситуация адаптации вызывает у многих пятиклассников повышенную *тревожность,* как школьную, так и личностную, а зачастую и появление *страхов.*

# 

# Признаки успешной адаптации:

* удовлетворенность ребенка процессом обучения;
* ребенок легко справляется с программой;
* степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому;
* удовлетворенность межличностными отношениями с одноклассниками и учителем.

# Возможные проблемы пятиклассников:

* очень много разных учителей;
* непривычное расписание;
* много новых кабинетов;
* новые дети в классе;
* новый классный руководитель;
* проблемы со старшеклассниками;
* возросший темп работы;
* возросший объем школьных работ в классе и дома;
* рассогласованность, даже противоречивость требований отдельных педагогов;
* ослабление или отсутствие контроля;
* необходимость на каждом уроке приспосабливаться к своеобразному темпу, особенностям речи учителей;
* несамостоятельность в работе с текстами;
* слабое развитие навыков самостоятельной работы;
* своеобразие подросткового возраста.

# Признаки дезадаптации:

* усталый, утомлённый внешний вид ребёнка.
* нежелание ребёнка делиться своими впечатлениями о проведённом дне.
* стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.
* нежелания выполнять домашние задания.
* негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.
* жалобы на те или иные события, связанные со школой.
* беспокойный сон.
* трудности утреннего пробуждения, вялость. постоянные жалобы на плохое самочувствие.

**Практические рекомендации по взаимоотношению с детьми**

1. Первое условие школьного успеха пятиклассника — **безусловное принятие ребенка, несмотря на, те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.**
2. **Создавайте условия для развития** самостоятельности в поведении ребенка. У пятиклассника непременно должны быть домашние обязанности, за выполнение которых он несет ответственность. Приучайте его к самостоятельности постепенно.
3. **Несмотря на кажущуюся взрослость,** пятиклассник нуждается в ненавязчивом контроле со стороны родителей, поскольку не всегда может сам сориентироваться в новых требованиях школьной жизни.
4. **Для пятиклассника учитель** – уже не такой непререкаемый авторитет, как раньше, в адрес учителей могут звучать критические замечания. Важно обсудить с ребенком причины его недовольства, поддерживая при этом авторитет учителя.
5. **Пятикласснику уже не так интересна учеба** сама по себе, многим в школе интересно бывать потому, что там много друзей. Важно, чтобы у ребенка была возможность обсудить свои школьные дела, учебу и отношения с друзьями в семье, с родителями.
6. Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню.
7. **Учет темперамента ребенка** в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников насилие, сарказм и жестокость.
8. **Исключение таких мер наказания**, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.
9. **Поощрение ребенка**, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка.
10. **Основными помощниками родителей в сложных ситуациях являются терпение, внимание и понимание.**  Постарайтесь создать благоприятный климат в семье для ребенка.